

## Konsultasi Psikologi



**Dra. M.J Retno Priyani, M.Si.**, dalam kesehariannya selain psikolog, juga Dosen FKIP Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Selain itu juga Trainer Pengembangan SDM di berbagai instansi, organisasi, rumah sakit, sekolah, perguruan tinggi hingga tarekat religius di seluruh Indonesia. Silakan mengirimkan keluhan/problema ke Redaksi Majalah PRABA, Jl. Bintaran Tengah No. 4 Yogyakarta 55151, atau Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Tromol Pos 29 Yogyakarta, Fax : (0274) 562383.

# Tetangga Bertandang ke Rumah

Tanya :  
Yth. Bu Retno,

Saya dan suami keluarga muda yang baru setahun menikah dan belum ada tanda-tanda dikaruniai anak. Kami berdomisili di sebuah perumahan di kawasan Semarang Timur. Dalam keseharian, di lingkungan tempat tinggal, kami hidup rukun dan saling menghormati serta menghargai. Akan tetapi tetangga sebelah rumah yang juga pasangan muda (dengan 2 anak) agak reseh. Di istri setiap hari di saat para suami kerja, ia bertandang ke tempat kami dan menceritakan keburukan-keburukan orang-orang di sekitar. Saya hanya sebagai pendengar dan malas berkomentar. Bagaimana caranya agar ia tidak ke rumah karena jujur saja pekerjaan saya terganggu?

Salam & Berkah Dalem  
( Ibu Clara, Semarang )

Jawab :  
Yth. Ibu Clara

Hidup bertetangga memang banyak dinamikanya. Ada yang menyenangkan, namun ada juga cerita yang kurang menyenangkan, seperti yang Anda alami.

Terdapat beberapa kecenderungan yang terjadi pada manusia, dan kiranya baik untuk kita ketahui. Pertama, pada hakekatnya, manusia memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dengan manusia lain. Dalam interaksi antar pribadi, terjadi interaksi yang saling mempengaruhi. Manusia berkembang melalui interaksinya dengan orang lain, apabila ia mendapat pengaruh yang positif. Kedua, manusia cenderung mengulang perilaku yang dapat memenuhi kebutuhannya. Ketiga, persepsi seseorang mempengaruhi tindakannya kemudian.

Dari pengalaman yang anda di atas, ternyata bahwa tetangga mengulang kedatangannya ke rumah anda setiap hari. Pasti ada pengalaman



sebelumnya yang membuat tetangga mengulang kunjungannya. Mungkin ia butuh teman dan menemukan teman pada diri anda. Mungkin juga tanpa anda sadari tanggapan anda terhadap tetangga dianggap tanggapan yang positif.

Anda memberi tanggapan positif misalnya dalam bentuk sambutan yang penuh senyuman, kesabaran untuk mendengarkan ceritanya dan lain-lain. Tanpa disadari anda mungkin pernah mengatakan bahwa kedatangannya tidak mengganggu, atau mungkin anda juga menawarkan makanan kecil/minuman atau berbagai respon kecil yang dianggapnya sebagai respon yang menyenangkan. Bisa jadi tetangga anda memiliki persepsi bahwa anda punya waktu luang dan kesepian di rumah, sehingga kedatangannya anda harapkan.

Tetangga yang baik, seringkali melebihi saudara. Tetangga yang baik seringkali orang yang pertama kali hadir dan membantu kita ketika mengalami kesulitan. Relasi dengan tetangga memang perlu dijalin dan dipelihara karena merekalah yang sehari-hari ada di dekat kita. Apabila Anda merasa terganggu dengan kehadirannya, dan anda tidak ingin mendapat kunjungannya lagi, anda perlu mengubah tanggapan anda kepadanya ketika ia datang.

Anda dapat mengatakan terus terang kepadanya dengan sopan, bila anda punya keperluan tertentu. Anda juga dapat proaktif mengalihkan pembicaraan ke hal-hal yang lebih bermanfaat, sehingga anda lebih nyaman mendengarkan. Sikap anda yang mendengarkan dan diam saja dapat dipersepsi bahwa anda tidak keberatan untuk mendengarkan pembicaraannya, termasuk mendengar pembicaraan tentang kejelekan orang lain. Terimakasih.\*-